

Latest Introduction of Suicide Notes Research in the West

Shuyu Liang, Weihong Wang

Department of Psychology, Southwest University, Chongqing
Email: liangshuyu1028@163.com

Received: Jun. 12th, 2014; revised: Jun. 18th, 2014; accepted: Jun. 24th, 2014

Copyright © 2014 by authors and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

Suicide is of catholic concern all over the world, and the suicide note is one way in which the suicide people express their willing and thought of killing themselves. It is necessary to study suicide notes in Psychology which can understand the suicide and explore its reasons. This article presented a concise summary of recent psychological studies on suicide notes which include the study's focal points of suicide notes, research method and the clinical application within these aspects respectively in detail: research situation of content analysis and the corresponding research method. There has been almost a blank on the study of suicide notes in China at the present time; thereby the research on suicide notes in Chinese culture context is the trend of research in this field.

Keywords

Suicide, Suicide Notes, Content Analysis

国外自杀遗书研究现状述评

梁书玉, 王卫红

西南大学心理学部, 重庆
Email: liangshuyu1028@163.com

收稿日期: 2014年6月12日; 修回日期: 2014年6月18日; 录用日期: 2014年6月24日

摘要

自杀是一个全世界普遍关注的问题，而自杀遗书是行为者结束自己生命意愿和想法的一种表达方式，心理学家进行自杀遗书研究对于了解自杀现象、探究自杀行为背后的原因非常必要。文章对国外近几十年来有关自杀遗书的心理学研究进行了述评，主要内容包括自杀遗书研究的发展状况、研究方法以及自杀遗书研究的临床应用，其中重点介绍了内容分析的研究状况和相应的研究方法。目前国内自杀遗书研究领域几乎是一片空白，因此，在中国文化背景下开展自杀遗书的研究对人们预测自杀者的动机、减少自杀行为至关重要。

关键词

自杀，自杀遗书，内容分析

1. 引言

目前，自杀是全世界共同关注的公共卫生和社会问题。上世纪 80 年代和 90 年代，中国自杀率快速上升，尤其是 1985 年，城市和农村自杀率分别上升为 11.2/10 万和 29.5/10 万，达到了历史最高位。近二十年来，我国自杀率一直呈下降趋势，《2013 中国卫生统计年鉴》指出 2012 年我国城市和农村自杀率分别降为 4.82/10 万和 8.58/10 万。可是，在 15 岁至 34 岁的人群中，自杀占死亡外部原因的第三位。因此，在心理学领域，研究自杀行为、自杀原因以及危机干预工作是十分重要的。

心理学家认为，自杀遗书作为行为者结束自己生命意愿和想法的一种表达方式，能够体现行为者本人对自杀行为的解释和说明，透露了自己自杀的意图和原因以及自杀前的心理状态。有研究表明，大约有 36% 的自杀死亡者会留下遗书(Farberow, 1994)；而自杀死亡者比自杀未遂者更有可能留下自杀遗书(Dejong et al., 2010)。对自杀遗书的分析，可以有助于了解个体基于怎样的认知与情绪状态进行自杀行为，并提供一个窥见自杀个体过去经历、描绘出个体生命历程的方向，从而能为处于类似状态的有待帮助的人提供相应的干预措施(Atal, Das, & Gautam, 2014)。在国外，对自杀遗书的研究最早可以追溯到 1957 年美国心理学家 Shneidman 和 Farberow(1957)的研究，而国内在这方面的研究几乎是一片空白。

2. 自杀遗书研究的发展状况

从 Shneidman 开始的早期自杀遗书研究，都是以叙述性的方式表达遗书内容，后来学者们逐渐用分类方式或内容分析了解遗书文本，能针对文本和自杀者的背景资料与各种变量进行探讨。

2.1. 内容分析研究

正如 Shneidman(1996)提到的那样，“我们理解自杀的最好途径不是研究自杀者的脑结构，也不是研究自杀者的社会背景，更不是研究自杀者的精神状况，而是直接研究自杀者遗书中简洁的语言所描述的人类情感”，可见，对自杀遗书的内容进行研究是相当重要的。

研究者在这个方面大概进行了两种类型的研究，下面将进行重点探讨。

第一，分析人口统计学变量对自杀遗书的影响，分析自杀者在性别、年龄、种族、受教育程度、婚姻状况、居住地、职业、心理生理健康状况以及自杀方式等变量上的差异。

在年龄维度上,土耳其的一项研究认为年长者比年轻人倾向于写下篇幅更长一些的遗书(Birol, Leenaars et al., 2008),这与一项来自香港的研究结论(Ho et al., 1998)截然相反,该研究发现年轻自杀者的遗书篇幅更长,表达内容更丰富,这可能受到文化与地域的差异的影响,不同文化背景下的自杀遗书篇幅存在着性别差异,这也说明了开展跨文化研究的必要性。土耳其的这项研究还发现在自杀遗书遗留对象方面,也存在明显的年龄差异,即年轻自杀者的遗书没有特别交代写给谁看,而年长者的自杀遗书则更多的是想留给亲人。

在性别维度上,印度的一项研究发现,留遗书的自杀者在自杀方式的选择上存在显著的性别差异(Bhatia et al., 2006),然而另外一些研究并未发现性别差异,这可能正说明了在印度“男尊女卑”的文化环境影响下的自杀存在着明显的民族特点。在其他维度上,墨西哥的一项自杀遗书研究(Chávez-Hernández et al., 2006)发现,那些留遗书的自杀者和未留遗书的自杀者在受教育程度、收入状况以及居住地上存在显著的差异,即自杀者受教育程度愈高愈有可能留下自杀遗书;居住在市区的自杀者更少地留下自杀遗书。

另外,研究发现,自杀遗书内容具有普遍性,表达最多的主题是“人际关系”带来的“歉意或羞愧”的情感(Foster, 2003, 2004),其他研究则认为自杀遗书存在年龄和性别的差异,例如Coster等人(2013)在RECBT的理论基础上分析自杀遗书的内容,认为男性在自杀遗书中表达情绪跟女性不同,即更多地是对一段关系结束的内疚情绪的表达,而女性则倾向于表达的情感是她们所受到的伤害;同时,Leenaars(1999)的研究采用实验的方法发现不同发育年龄在自杀遗书的表达上存在差异,发现成年早期的自杀者有独特的表现:高精神错乱水平,低自尊水平,心理需要失衡等。但是其他研究发现,自杀遗书中的自动动机和情绪情感在性别和年龄变量上都不存在显著差异(Canetto, 2002)。

第二,研究不同性质的文本,即分析自杀死亡者遗书和自杀未遂者遗书的差异,自杀遗书和普通书信的差异,真实遗书和虚拟遗书的差异。研究发现,自杀死亡者的遗书与其他性质的文本存在显著差异(Black, 1993)。一项研究发现,真实遗书通常会涉及成人创伤经历,矛盾心理的表达,爱的感觉,仇恨和无助感,狭隘的认知观念,丧失和自我惩罚等等(Osgood & Walker, 1959)。

2.2. 理论实证研究

心理学家发现以分类方式或内容分析了解自杀遗书对文本的运用有限,不能将结果推回自杀现象本身做验证。如果能以自杀理论作为基点,以遗书作为实证资料,更能帮助研究者以文本的角度了解自杀现象。

2.2.1. 负疚感观点

进化心理学对自杀行为存在着这样一种观点,自杀者持有负疚感,认为自己是亲人的累赘和负担,因此削弱他们的生存意志,从而导致个体的自杀行为(Bancroft et al., 1976)。Joiner等人(2002)假设:个体如果觉察到了自己将要或已经成为他人的负担或累赘,这种负疚感会剥夺他们的生存欲望,促使他们选择结束自己的生命,从而不妨碍他人的成长和发展,促进整个族群的进化。

依据此假设,研究者利用自杀未遂者和自杀死亡者的遗书进行比较研究,结果证实,与那些自杀未遂者相比较,自杀死亡者的遗书中表达了明显的负疚感。而且,在绝望感和痛苦情绪等其他维度上,自杀未遂者和自杀死亡者是没有差异的。研究也发现,觉察到的负疚感对于自杀方式致死性的选择并导致的自杀死亡存在着影响。

2.2.2. 多维痛苦观点

人们普遍把自杀行为理解成是一些外部原因(诸如疾病、失恋、失业等)所导致的,心理学家认为这种

解释过于简单。Shneidman(1985)认为应该从理解自杀者内心世界的角度来发展理论模型,他认为自杀是一种多维度的痛苦导致的行为。Leenaars(1996)也同意 Shneidman 的观点,认为自杀不只是单纯的压力事件所导致的,即使有痛苦,也是因为人们面对压力事件或者痛苦的一种无能为力感引发的。而且,他研究了以往心理学家对自杀原因的假设,认为自杀原因不止是个体的内部因素,也包括外部人际的影响,分为以下八个维度:1)不能忍受的心理痛苦;2)认知狭隘;3)表达间接;4)适应不良;5)自我;6)当然还有人际关系;7)遭拒-攻击;8)身份-逃逸等(Leenaars et al., 2010; 王求是等, 2006)。

在多维痛苦观点的基础上,Leenaars 等人利用自杀遗书相继进行了一系列的研究,不仅验证了自杀的多维痛苦理论假设,还探究了不同时期、不同年龄、不同性别以及不同文化下的自杀者在遗书中所表达的异同之处。

在自杀遗书理论假设方面,其他学者也进行了相关的研究工作。Roges(2001)为了研究自杀和自杀行为,在前人研究基础上,提出了一种存在建构主义理论模型,试图从自杀遗书中探究自杀行为的影响因素,虽然还没有 Leenaars 的研究系统成熟,却也提供了一种理解自杀现象的理论观点。

相比较之下,负疚感观点的研究对于临床应用有很大启发,在面对自杀未遂的病人或者有自杀倾向的人群时,人们应该去觉察他们是否认为自己是亲人的累赘或负担,这种负疚感将是人们选择致死手段结束自己生命的明显特征,对危机干预工作有很重要的启发和借鉴意义。

2.3. 跨文化研究

近年来,自杀越来越成为全世界普遍关注的社会现象,最新的研究开始考虑自杀遗书对生活在不同文化和民族环境下的自杀者所写的自杀遗书的影响,跨文化研究能够探究他们各自的行为特点和遗书的异同之处,有利于进一步研究自杀行为,并促进自杀心理学的本土化研究。

Leenaars 等人(2010)开展的第一个跨文化研究是对加拿大和美国的自杀遗书进行的比较分析,随后的研究涵盖德国、英国、匈牙利、中国的香港地区、俄罗斯、澳大利亚、北爱尔兰、墨西哥、印度等国家。最初的自杀遗书研究发现自杀者的问题主要集中在人际关系领域(O'Connor et al., 2004),研究者假设相对于精神痛苦和心理疾病,文化对自杀行为者的影响更大,当然也不能忽略自杀心理学理论在不同文化国度下的适用性,因此进行自杀遗书的跨文化研究是非常必要的。

目前的跨文化研究所涉及的区域大部分是发达国家和地区,而对于发展中国家——尤其是自杀率很高的中国——这些明显不同于欧美发达国家文化色彩的国家和地区自杀遗书研究还很欠缺,未来还需增加研究力度。

2.4. 自杀遗书研究方法

2.4.1. 心理解剖

心理解剖是一种通过与死者有关的活着的人访谈而重建自杀死亡者信息的方法,它是医学、生理解剖的一种很好的补充,在西方国家已经应用了 40 多年。从心理、社会角度研究自杀问题时,它是首选的研究方法(周莉等, 2006)。

自杀遗书作为心理解剖的一种重要资料来源,一方面能够明确死亡方式,即证实一个人是否是自杀死亡;另一方面还有助于发现自杀者选择结束自己生命这一行为的原因及可能的影响因素(Bhatia et al., 2006)。研究者进行心理解剖时,利用自杀遗书进行分析,同时结合其他信息来源,可以确认死者的社会人口学特征、死亡的基本信息、社会支持、生活事件的刺激、精神障碍、人格特征等情况。

2.4.2. 语言处理软件

此类研究工具是利用计算机软件对自杀遗书的字词进行统计和分析,大致包括两种:

1) 自然语言处理程序 利用计算机科学进行自杀遗书研究并不少,该软件可以根据研究需要对自杀遗书中的句法结构特征进行分析,例如涉及到遗书中不同内容变量的语句长度等(Pestian et al., 2010, 2012; Xu et al., 2012)。目前来说,利用这种程序处理自杀遗书还比较机械,没法很好地获得遗书的文本信息,对遗书样本利用率不大。但是,Yeh(2012)等人在机器算法与词汇、句式、心理语言学特征综合利用的基础上分析词汇来研究遗书文本所表达情绪。

2) 语言探索与字词计算(LIWC)语言探索与字词计算是由 Pennebaker 等人(2001)发展的一种文本分析软件,能够对 70 多种词语维度进行统计,包括对代词、情绪词和特定的词汇(诸如“死亡”词汇)等词语进行计算和分析。目前利用 LIWC 进行自杀遗书的研究已经渐趋增多,它能够对遗书文本中的词汇进行分类并计数,而且可以对其进一步统计分析,从而确定每份遗书中词汇维度的使用率。

2.4.3. 内容分析法

内容分析法(content analysis)是一种对文字、口头及图像等各种材料,记录的内容,形式,心理含义及其重要性进行客观、系统和数量化描述的基于定性的定量研究方法。内容分析的突出特点表现在客观、系统和量化三个方面,而且适用范围比较广泛(李朝旭等, 2010; 余娟, 2006)。

内容分析法作为自杀遗书研究的常用方法,通常要先抽取有代表性的自杀遗书样本,然后将遗书内容按照一定的理论框架分解为一系列的分析单元,并按预先制定好的分析类别与维度系统地、严格地进行评判记录,最后对结果进行统计分析。根据前人的理论研究,Leenaars(1999)用聚类分析法对自杀遗书原始语句进行分析,提炼出可识别的十类语句:1) 不能承受的心理痛苦;2) 矛盾的人际关系;3) 低自尊;4) 创伤性依恋;5) 内部攻击倾向;6) 适应不良(无力应对);7) 不情愿接受现状;8) 无意识过程;9) 缺乏积极性或建设性;10) 思维贫乏[25]等。继而研究者就可以选取遗书文本,利用内容分析法对文本进行统计、分析与解释的研究。

3. 应用研究

自杀心理学的研究致力于自杀行为的解释和影响因素的探究,目的是为有效地制定自杀预防措施提供理论依据。具体到自杀遗书的研究,心理学家重视对行为者自杀风险的评估,探究遗书文本表达的自杀死亡的影响因素。

收集自杀死亡者的遗书样本作为实验组,自杀未遂者的遗书、一般书信或者伪造的自杀遗书样本作为控制组,排除患有边缘人格障碍以及其他严重精神疾病容易发生自杀的人群样本(Callanan & Davis, 2009),通过内容的比较分析来确定自杀死亡的高风险因素。应用到临床上,医生就可以确定哪些病人属于高风险自杀患者,识别出他们的自杀倾向性,从而采取相应的保护和预防措施。

目前,学者们在这方面开展的研究还比较少,而已有的研究发现,分析自杀遗书并识别出其中的自杀风险因子是可行的,尤其是利用专门的研究工具进行分析往往比专业的精神科医师主观评估的结果更准确(McNeil et al., 2008)。同时,对自杀遗书进行分析还有助于确定死亡方式,作为通过医学解剖发现死亡原因的一种补充方式和佐证是很重要的。因此,对自杀遗书的研究具有重要的实践意义。

4. 评价与展望

通过以上述评,发现国外自杀遗书的研究,对国内开展这方面的研究具有很重要的借鉴和启发意义,但研究也存在着不足:

1) 已有研究选取的自杀遗书样本量过小。自杀现象纷繁复杂,自杀个体千差万别,而由于遗书文本收集的困难性,研究者很难利用大量的文本进行分析,所得出的结论能否推广到大部分自杀个体上还值得商榷。特别是在中国开展此类研究,更是相当困难,亟需引起学者对自杀遗书研究的重视。

2) 当前研究还没有充分利用自杀遗书中的信息。目前的研究主要是 Leenaars 等人基于 Shneidman 的多维痛苦的观点提出的自杀原因理论假设进行分类分析和内容分析, 这些研究对前人的理论有一定的验证性, 但在自杀遗书内容上的研究还处在一种探究阶段, 内容分析的研究指标目前还不太成熟, 并没有形成很好的研究范式, 在这方面的后续研究还有待进一步深入。

3) 临床应用方面的研究有待加强。第一项自杀遗书研究始于 1957 年, 直到目前对自杀遗书的研究还停留在验证型阶段, 已经得出的初步结论还没有充分应用到临床实践上, 对自杀预防工作的效用还没有很好地发挥。遗书文本分析的自杀影响因子一般包括躯体或心理疾病、失业问题、人际关系问题、适应不良、学业危机等事件, 从而导致自杀者认知狭隘、自尊心受挫, 愤怒、无助、绝望以及抑郁等情绪, 以致采取极端的方式结束自己的生命。根据这些研究可以制定一套危机干预机制, 在临床应用上培训医务人员和患者家属识别出这些自杀的高危因素, 做好自杀预防工作, 这也是我国学者需要努力的方向。

目前, 国内学者针对自杀意念和自杀影响因素开展的研究很多, 但基于自杀心理学理论, 从自杀遗书角度进行理论和实证研究还是一片空白。未来的研究方向是, 在中国独特的自杀文化背景下, 心理学界应当借鉴国外已有的研究开展针对中国人自杀遗书的研究, 这对于完善本土自杀心理学理论具有重要的作用, 同时也为危机干预机制的建立提供理论依据和实践指导。

参考文献 (References)

- 李朝旭, 姜璐璐, 郭连上, 等(2010). 中国社会心理学知识体系初探——基于 54 本教材的内容分析. *心理科学*, 3 期, 765-767.
- 王求是, 刘建新, 申荷永(2006). 国外自杀心理学研究与理论评介. *心理科学进展*, 1 期, 105-110.
- 余娟(2006). 论心理学研究中的内容分析法. *河西学院学报*, 1 期, 74-77.
- 周莉, 姜潮, 胡冬梅, 等(2006). 心理解剖在中国自杀研究中的应用的可行性. *中国心理卫生杂志*, 1 期, 19-22.
- Atal, D. K., Das, S., & Gautam, P. (2014). Importance of suicide note: In Indian context. *Medico-Legal Update*, 14, 1-5.
- Bancroft, J., Skrimshire, A., & Simkin, S. (1976). The reasons people give for taking overdoses. *British Journal of Psychiatry*, 128, 538-548.
- Bhatia, M. S., Verma, S. K., & Murty, O. P. (2006). Suicide notes: Psychological and clinical profile. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 36, 163-170.
- Biröl, D., Leenaars, A. A., et al. (2008). Farewell to the world: Suicide notes from Turkey. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 38, 122-127.
- Black, S. T. (1993). Comparing genuine and simulated suicide notes: A new perspective. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 699-702.
- Callanan, V. J., & Davis, M. S. (2009). A comparison of suicide note writers with suicides who did not leave notes. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 39, 558-568.
- Canetto, S., & Lester, D. (2002). Love and achievement motives in women's and men's suicide notes. *The Journal of Psychology*, 136, 573-576.
- Chávez-Hernández, A.-M., & Leenaars, A. A. (2006). Suicide notes in Mexico: What do they tell us? *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 36, 709-715.
- Coster, D., & Lester, D. (2013). *Last words: Analysis of suicide notes from an REBCT perspective: An exploratory study*. New York: Springer Science Business Media.
- Dejong, T. M., Overholser, J. C., & Stockmeier, C. A. (2010). Apples to oranges? A direct comparison between suicide attempters and suicide completers. *Journal of Affective Disorders*, 124, 90-97.
- Farberow, N. L. (1994). The psychology of suicide: A clinician's guide to evaluation and treatment. Guidelines to suicide, 133.
- Foster, T. (2003, 2004). Suicide note themes and suicide prevention. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 33, 323-331.
- Ho, T. P., Yip, P. S., Chiu, C. W., & Halliday, P. (1998). Suicide notes: What do they tell us? *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 98, 467-473.

- Joiner, T. E., Pettit, J. W., Walker, R. L., Voelz, Z. R., Cruz, J., Rudd, M. D., & Lester, D. (2002). Perceived burdensomeness and suicidality: Two studies on the suicide notes of those attempting and those completing suicide. *Journal of Social and Clinical Psychology, 21*, 531-545.
- Leenaars, A. A. (1996). Suicide: A multidimensional malaise. *Suicide & Life-Threatening Behavior, 26*, 221-236.
- Leenaars, A. A. (1999). Suicide across the adult life span: Replications and failures. *Archive of Suicide Research, 5*, 261-274.
- Leenaars, A. A., Girdhar, S., Dogar, T. D., et al. (2010). Suicide notes from India and the United States: A thematic comparison. *Death Studies, 34*, 426-440.
- McNeil, D. E., Fordwood, S. R., et al. (2008). Effects of Training on suicide risk assessment. *Psychiatric Services, 59*, 1462-1465.
- O'Connor, R., & Leenaars, A. (2004). A thematic comparison of suicide notes drawn from Northern Ireland and the United States. *Current Psychology, 22*, 339-347.
- Osgood, C. E., & Walker, E. G. (1959). Motivation and language behavior: A content analysis of suicide notes. *The Journal of Abnormal Social Psychology, 59*, 58-67.
- Pennebaker, J. W., Francis, M. E., & Booth, R. J. (2001). *Linguistic inquiry and word count*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Pestian, J. P., Leenaars, A. A., Matykiewicz, P., Bennett, A., & Leenaars, A. (2010). Suicide note classification using natural language processing: A content analysis. *Biomedical Informatics Insights, 3*, 19-28.
- Pestian, J. P., Matykiewicz, P., Linn-Gust, M., South, B., Uzuner, O., Wiebe, J., Cohen, K. B., Hurdle, J., & Brew, C. (2012). Sentiment analysis of suicide notes: A shared task. *Biomedical Informatics Insights, 5*, 3-16.
- Roges, J. R., Bromley, J. L., McNally, C. J., & Lester, D. (2007). Content analysis of suicide notes as a test of the motivational component of the existential-constructivist mode of suicide. *Journal of Counseling and Development, 85*, 182-188.
- Shneidman, E. (1985). *Definition of suicide*. New York: Wiley.
- Shneidman, E. S. (1996). *The suicidal mind*. New York: Oxford University Press.
- Shneidman, E., & Farberow, N. (1957). *Clues to suicide*. New York: McGraw-Hill.
- Xu, Y., Wang, Y., Liu, J. H., Tu, Z. W., Sun, J. T., Tsujii, J., & Chang, E. (2012). Suicide note sentiment classification. *Biomedical Informatics Insights, 5*, 31-41.
- Yeh, E., Jarrold, W., & Jordan, J. (2012). Leveraging psycholinguistic resources and emotional sequence models for suicide note emotion annotation. *Biomedical Informatics Insights, 5*, 155-163.